O USO DE ADOÇANTES NA TÉCNICA DIETÉTICA

Autor(res)

Márcia Leite Pinto Rodrigues
Letícia Travassos Cotroneu
Maria Gabriela Quinto
Naiara Carvalho Osório
Sabrina Mendes Costa

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

Com o crescimento ao acesso à informação e da conscientização acerca da manutenção da saúde e da qualidade de vida, os consumidores são levados a procurar alternativas mais saudáveis que permitam a redução da ingestão de determinados ingredientes, como o açúcar. A fim de atender essa nova demanda de consumo, a indústria tem investido na pesquisa e reformulação de alimentos e bebidas que busque satisfazer essa demanda, assim, pensando em um substituto para a sacarose desenvolveu-se o adoçante. Com os novos adoçantes que foram desenvolvidos, a crescente no número de produtos alimentícios foi inevitável. Inicialmente, os adoçantes surgiram como alternativa no tratamento de pacientes com Diabetes, uma vez que há indicação para se controlar a glicose. O Food and Drug Administration (FDA) monitora o uso seguro e estabelece um valor de Ingestão Diária Aceitável para cada edulcorante (adoçantes), porém a grande maioria dos consumidores desconhece essas questões de consumo seguro. O estudo visa entender a sobre a utilização de adoçante. A presente pesquisa consistiu em uma pesquisa bibliográfica em periódicos presentes nos bancos de dados SciELO e Google Acadêmico, como descritores utilizamos: adoçantes, saúde, técnica dietética. Foram selecionados artigos publicados entre 2016 a 2021. Em uma pesquisa realizada nas redes sociais em 2016, no qual foram analisadas as informações da população brasileira (compreendendo idade entre 20 a 60 anos), sobre o uso de adoçantes e a importância no conhecimento da ingestão diária máxima de cada substância para a segurança do consumo, 35% dos Brasileiros consomem adoçantes, dentre os mais consumidos são os a base de esteviosídeo e sucralose, os mesmos são escolhidos com base no sabor, e pela busca do controle de peso. Baseando-se nas informações apresentadas referente ao uso de adoçantes podemos concluir que esse componente utilizado inicialmente como um meio alternativo vem se popularizando devido suas características associadas a redução da ingestão de açúcar em nosso organismo e também a diminuição do nível calórico. É necessário entender a relevância da aplicação do mesmo como substituto do açúcar, a real necessidade, pois cada vez mais observamos a substituição do açúcar por adoçantes em preparações culinárias, com intuito de ausentar o açúcar das preparações.

Referência:
Benelli, L. AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE ADOÇANTES E ALIMENTOS DIETÉTICOS PELA POPULAÇÃO ADULTA. Centro Universitário de Brasília, Brasília, p. 1-33, 2016.